

BAB V

PENUTUP

Pada bab ini akan dijelaskan kesimpulan dan saran. Kesimpulan yang disajikan dalam penelitian ini berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan. Bagian kesimpulan memepaekan kesimpulan akhir dari penelitian. Saran yang diberikan didasarkan pada hasil penelitian yang ditujukan kepada pihak terkait dan usulan untuk peneliti lain.

A. Simpulan

Sesuai hasil penelitian dan pembahasan dalm penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat stress sebagian siswa SMA N 1 Limbangan, berada pada tinkat stress normal.
2. Perubahan model pembelajaran secara daring membuat sebagian siswa mengalami stress dalam mengikuti proses belajar mengajar.
3. Tingkat *Coping stress* yang digunakan oleh sebagian besar siswa SMA N 1 Limbangan yaitu sudah cukupbaik dan sebagian kecil tingkat coping stress tidak baik

B. Saran

Sesuai penelitian yang telah dilakukan, penulis menyampaikan saran kepada pihak sekolah untuk membuat program pembelajaran secara online yang tidak membosakan dan cenderung monoton. Kegiatan belajar mengajar sebaiknya disesuaikan dengan kondisi siswa terutama dalam hal kemampuan melakukan *coping stress* saat pembelajaran online. Saran untuk peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian kualitatif dan mencermati faktor lain yang dapat mempengaruhi *coping stress* pada siswa selama pandemic Covid-19 yang belum terungkap dalam penelitian ini.